

HÉTFŐ 2026.04.27.		KEDD 2026.04.28.		SZERDA 2026.04.29.		CSÜTÖRTÖK 2026.04.30.		PÉNTEK 2026.05.01.	
Tízórai		Ebéd A		Uzsonna		Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Tea csipkebogyó; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Rizseshús 'sertés';		Tefjőfös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;		Csonthéves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek (5)*; Párolt rizs;	
Téj (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék tejes (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Petrezselymes túrókrém (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal kukoricadarával (9)*; Burgonyapüré natur; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Ovoda: EN=221,10kcal FH=5,60g ZS=9,40g SZH=27,60g CK=5,20g SÓ=1,00g TZS=1,40g		Ovoda: EN=511,80kcal FH=24,50g ZS=20,50g SZH=55,50g CK=1,40g SÓ=0,20g TZS=1,30g		Ovoda: EN=560,80kcal FH=28,40g ZS=13,80g SZH=70,80g CK=17,00g SÓ=0,90g TZS=1,50g		Ovoda: EN=501,60kcal FH=18,90g ZS=5,60g SZH=68,50g CK=18,40g SÓ=2,30g TZS=0,60g		Ovoda: EN=614,10kcal FH=22,30g ZS=23,20g SZH=75,90g CK=12,00g SÓ=0,50g TZS=2,60g	
Iskola: EN=254,40kcal FH=6,30g ZS=9,50g SZH=34,90g CK=7,20g SÓ=1,10g TZS=1,40g		Iskola: EN=670,50kcal FH=30,90g ZS=25,50g SZH=77,00g CK=1,40g SÓ=0,50g TZS=1,60g		Iskola: EN=717,30kcal FH=35,50g ZS=18,70g SZH=80,30g CK=20,90g SÓ=1,30g TZS=2,10g		Iskola: EN=639,60kcal FH=23,70g ZS=8,00g SZH=111,50g CK=23,60g SÓ=3,00g TZS=0,80g		Iskola: EN=818,10kcal FH=29,60g ZS=31,60g SZH=100,00g CK=15,50g SÓ=0,70g TZS=3,70g	
Kiskola: EN=412,90kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=49,00g CK=9,30g SÓ=1,80g TZS=2,80g		Kiskola: EN=798,60kcal FH=35,40g ZS=30,70g SZH=92,50g CK=2,60g SÓ=0,70g TZS=2,70g		Kiskola: EN=895,30kcal FH=43,00g ZS=23,30g SZH=14,40g CK=24,60g SÓ=1,60g TZS=2,70g		Kiskola: EN=802,30kcal FH=29,20g ZS=9,60g SZH=141,70g CK=30,70g SÓ=3,80g TZS=1,00g		Kiskola: EN=962,30kcal FH=34,40g ZS=35,00g SZH=122,60g CK=19,60g SÓ=0,80g TZS=3,80g	
Ovoda: EN=336,10kcal FH=12,10g ZS=10,80g SZH=44,20g CK=9,30g SÓ=0,80g TZS=2,70g		Ovoda: EN=253,00kcal FH=3,80g ZS=5,50g SZH=45,40g CK=17,60g SÓ=0,40g TZS=1,10g		Ovoda: EN=179,60kcal FH=6,40g ZS=6,90g SZH=22,30g CK=9,10g SÓ=1,00g TZS=1,80g		Ovoda: EN=125,00kcal FH=5,30g ZS=1,70g SZH=2,10g CK=0,10g SÓ=0,60g TZS=0,20g		Ovoda: EN=304,50kcal FH=11,50g ZS=9,60g SZH=41,00g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=0,90g	
Iskola: EN=370,50kcal FH=12,40g ZS=7,70g SZH=49,30g CK=11,60g SÓ=0,80g TZS=3,10g		Iskola: EN=548,20kcal FH=24,70g ZS=16,20g SZH=73,20g CK=3,00g SÓ=1,00g TZS=1,10g		Iskola: EN=204,70kcal FH=7,10g ZS=7,00g SZH=27,50g CK=0,10g SÓ=1,10g TZS=1,80g		Iskola: EN=175,90kcal FH=7,70g ZS=3,50g SZH=27,40g CK=0,10g SÓ=0,70g TZS=0,20g		Iskola: EN=308,50kcal FH=11,70g ZS=9,70g SZH=41,60g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=0,90g	
Kiskola: EN=392,50kcal FH=11,70g ZS=11,60g SZH=46,30g CK=9,30g SÓ=1,80g TZS=3,70g		Kiskola: EN=548,20kcal FH=24,70g ZS=16,20g SZH=73,20g CK=3,00g SÓ=1,00g TZS=1,10g		Kiskola: EN=334,10kcal FH=12,00g ZS=13,70g SZH=39,30g CK=0,10g SÓ=1,80g TZS=3,60g		Kiskola: EN=239,00kcal FH=10,10g ZS=4,50g SZH=38,10g CK=0,10g SÓ=1,00g TZS=0,30g		Kiskola: EN=310,50kcal FH=11,80g ZS=9,70g SZH=41,90g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=0,90g	

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULL-HOST**  
6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: mail@sull-host.hu

**SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

**Étlap név: 01000A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;  
TZS=Telített zsír;  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oivi.segedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikustól kérhet az alábbi telefonon számon (+36-30-535-3087)

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákkélek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfürt; 15=Edesfűszer; 16=Puhatestűk

Sull-Host  
Étkeztetési  
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna			
Tej (2)*; Mini méz; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;		Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Darásmetélt; Kóte;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			
HÉTFŐ 2026.05.04.		Ovoda: EN=338,50kcal FH=10,00g ZS=8,50g SZH=30,20g CK=0,20g SO=0,60g TZS=2,90g Iskola: EN=360,50kcal FH=11,60g ZS=9,30g SZH=35,40g CK=0,30g SO=0,60g TZS=3,30g Kisiskola: EN=382,50kcal FH=13,10g ZS=10,00g SZH=40,70g CK=0,40g SO=0,70g TZS=3,80g		Ovoda: EN=674,20kcal FH=10,40g ZS=16,70g SZH=18,10g CK=32,60g SO=1,30g TZS=3,40g Iskola: EN=892,20kcal FH=14,80g ZS=23,00g SZH=23,20g CK=38,70g SO=2,00g TZS=5,20g Kisiskola: EN=1026,20kcal FH=16,90g ZS=26,00g SZH=27,30g CK=38,80g SO=2,20g TZS=5,50g		Ovoda: EN=201,20kcal FH=5,70g ZS=9,50g SZH=22,70g CK=0,20g SO=1,00g TZS=1,40g Iskola: EN=226,30kcal FH=6,40g ZS=9,60g SZH=27,90g CK=0,20g SO=1,10g TZS=1,40g Kisiskola: EN=377,30kcal FH=10,50g ZS=18,90g SZH=40,20g CK=0,20g SO=1,80g TZS=2,80g	
KEDD 2026.05.05.		Ovoda: EN=314,10kcal FH=10,80g ZS=10,70g SZH=30,00g CK=0,10g SO=1,10g TZS=5,40g Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=35,20g CK=0,10g SO=1,30g TZS=5,80g Kisiskola: EN=452,20kcal FH=18,20g ZS=15,60g SZH=45,60g CK=0,10g SO=1,80g TZS=8,50g		Ovoda: EN=648,30kcal FH=25,10g ZS=25,10g SZH=76,70g CK=17,10g SO=1,10g TZS=1,60g Iskola: EN=851,80kcal FH=32,40g ZS=33,60g SZH=98,60g CK=23,40g SO=1,60g TZS=2,10g Kisiskola: EN=1050,70kcal FH=38,70g ZS=39,00g SZH=128,70g CK=31,60g SO=2,10g TZS=2,60g		Ovoda: EN=180,50kcal FH=4,70g ZS=4,00g SZH=14,00g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g Iskola: EN=184,50kcal FH=4,90g ZS=4,10g SZH=15,00g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g Kisiskola: EN=186,50kcal FH=5,00g ZS=4,10g SZH=15,30g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g	
SZERDA 2026.05.06.		Tej (2)*; Csirkemájkrem 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Paradicsom leves (5)*; Rakott brokkoli kölessel sajtos (2)*; Alma;		Tejfőős túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
Ovoda: EN=267,60kcal FH=12,60g ZS=9,90g SZH=31,50g CK=9,30g SO=1,20g TZS=3,80g Iskola: EN=314,70kcal FH=14,90g ZS=10,80g SZH=39,00g CK=11,60g SO=1,30g TZS=4,00g Kisiskola: EN=466,10kcal FH=21,30g ZS=18,20g SZH=53,10g CK=13,90g SO=2,10g TZS=6,30g		Ovoda: EN=526,00kcal FH=26,10g ZS=17,90g SZH=60,30g CK=16,40g SO=0,70g TZS=2,90g Iskola: EN=674,20kcal FH=33,20g ZS=23,60g SZH=76,20g CK=22,30g SO=0,90g TZS=3,80g Kisiskola: EN=818,70kcal FH=41,40g ZS=29,90g SZH=89,00g CK=26,90g SO=1,20g TZS=4,70g		Ovoda: EN=128,50kcal FH=6,60g ZS=1,70g SZH=21,90g CK=0,10g SO=0,60g TZS=0,20g Iskola: EN=181,80kcal FH=8,20g ZS=3,40g SZH=28,20g CK=0,10g SO=0,70g TZS=0,20g Kisiskola: EN=246,10kcal FH=10,70g ZS=4,60g SZH=39,10g CK=0,10g SO=1,00g TZS=0,30g			
CSÜTÖRTÖK 2026.05.07.		Alma rostoslé 'dobozos'; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Burgonyaleves tejfőős (2)*; Sült csirkemomb; Almamártás (2)*; Pirított kukoricadara;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
Ovoda: EN=260,10kcal FH=5,00g ZS=7,20g SZH=30,20g CK=0,20g SO=1,00g TZS=2,10g Iskola: EN=325,40kcal FH=7,70g ZS=10,70g SZH=35,80g CK=0,30g SO=1,50g TZS=3,30g Kisiskola: EN=395,70kcal FH=10,20g ZS=12,60g SZH=46,40g CK=0,40g SO=2,00g TZS=4,00g		Ovoda: EN=534,50kcal FH=22,40g ZS=20,20g SZH=56,50g CK=18,00g SO=0,10g TZS=1,20g Iskola: EN=701,90kcal FH=27,50g ZS=25,50g SZH=71,20g CK=25,30g SO=0,30g TZS=1,70g Kisiskola: EN=855,00kcal FH=32,30g ZS=32,60g SZH=85,10g CK=32,70g SO=0,40g TZS=2,20g		Ovoda: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,50g Iskola: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,50g Kisiskola: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,50g			
PÉNTEK 2026.05.08.		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Alma;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Ovoda: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,10g SZH=33,00g CK=5,80g SO=0,80g TZS=4,30g Iskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,10g SZH=33,00g CK=5,80g SO=0,80g TZS=4,30g Kisiskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,10g SZH=33,00g CK=5,80g SO=0,80g TZS=4,30g		Ovoda: EN=517,10kcal FH=24,70g ZS=18,40g SZH=60,80g CK=1,50g SO=0,20g TZS=1,20g Iskola: EN=676,10kcal FH=31,70g ZS=22,20g SZH=84,40g CK=1,90g SO=0,60g TZS=1,50g Kisiskola: EN=770,10kcal FH=35,70g ZS=25,00g SZH=97,30g CK=2,30g SO=1,00g TZS=1,70g		Ovoda: EN=145,90kcal FH=5,10g ZS=4,10g SZH=21,50g CK=0,10g SO=1,10g TZS=1,00g Iskola: EN=185,00kcal FH=7,80g ZS=4,60g SZH=27,30g CK=0,10g SO=1,10g TZS=1,20g Kisiskola: EN=242,20kcal FH=10,40g ZS=5,00g SZH=38,10g CK=0,10g SO=2,20g TZS=1,30g			

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kenyérégyházi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [mail@suli-host.hu](mailto:mail@suli-host.hu)

**Étlap név:**  
**0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;  
TZS=Teljes zsír;  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;  
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kán-dioxid; 14=Csillogfűt; 15=Édesítőszer; 16=Pinákeszték  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI ([www.oivi.segedvaros.hu](http://www.oivi.segedvaros.hu)), NGSZ ([www.ngsz.hu](http://www.ngsz.hu)) valamint a SULLI-HOST Kft. ([www.suli-host.hu](http://www.suli-host.hu)) honlapján megtalálható. Szébbi tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. diétafüvésztől kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host  
Étkeztetési  
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
<b>Tej (2)*; Zöldfüszeres harcsapástétom (9)*;</b> Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		<b>Tárkonyos csirkereguleves 'tejmentes';</b> Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; Alma;		<b>Taurus Király szalámi;</b> Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
<b>HÉTFŐ</b> 2026.05.11.		<b>KEDD</b> 2026.05.12.		<b>SZERDA</b> 2026.05.13.	
Övoda: EN=288,60kcal FH=11,80g ZS=12,40g SZH=31,80g CK=9,40g SO=1,20g TZS=3,20g		Övoda: EN=517,90kcal FH=19,10g ZS=21,50g SZH=59,40g CK=12,50g SO=0,80g TZS=0,90g		Övoda: EN=468,80kcal FH=22,20g ZS=14,50g SZH=59,80g CK=6,40g SO=0,40g TZS=1,00g	
Iskola: EN=335,70kcal FH=14,10g ZS=13,30g SZH=39,30g CK=11,70g SO=1,30g TZS=3,60g		Iskola: EN=676,70kcal FH=24,90g ZS=29,00g SZH=75,70g CK=15,60g SO=1,10g TZS=1,10g		Iskola: EN=579,90kcal FH=28,00g ZS=17,70g SZH=73,70g CK=8,10g SO=0,50g TZS=1,20g	
Kiskola: EN=508,10kcal FH=19,70g ZS=23,30g SZH=53,70g CK=14,00g SO=2,19g TZS=5,50g		Kiskola: EN=922,80kcal FH=23,70g ZS=29,80g SZH=63,40g CK=17,60g SO=1,00g TZS=2,80g		Kiskola: EN=712,00kcal FH=32,00g ZS=21,10g SZH=94,60g CK=9,70g SO=0,70g TZS=1,40g	
<b>Rostos almale; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</b>		<b>Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</b>		<b>Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Tarhonyás csirke (combfilé); Uborkasaláta;</b>	
Övoda: EN=220,10kcal FH=6,20g ZS=1,70g SZH=11,10g CK=0,10g SO=0,60g TZS=0,20g		Övoda: EN=179,60kcal FH=6,40g ZS=6,90g SZH=22,30g CK=0,10g SO=1,00g TZS=1,80g		Övoda: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,50g	
Iskola: EN=268,40kcal FH=9,30g ZS=2,80g SZH=37,30g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,20g		Iskola: EN=204,70kcal FH=7,10g ZS=7,00g SZH=27,50g CK=0,10g SO=1,10g TZS=1,80g		Iskola: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,50g	
Kiskola: EN=327,60kcal FH=11,70g ZS=3,40g SZH=48,20g CK=0,20g SO=1,10g TZS=0,30g		Kiskola: EN=828,30kcal FH=29,40g ZS=34,10g SZH=96,80g CK=18,50g SO=1,70g TZS=1,60g		Kiskola: EN=334,10kcal FH=12,00g ZS=13,70g SZH=39,30g CK=0,10g SO=1,80g TZS=3,60g	
<b>Tea csipkebogyó; Toasti sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</b>		<b>Zöldségleves 'tej-, cukormentes';</b> Tarhonyás csirke (combfilé); Uborkasaláta;		<b>Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;</b>	
Övoda: EN=166,40kcal FH=5,10g ZS=4,10g SZH=26,50g CK=5,10g SO=1,10g TZS=1,00g		Övoda: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,50g		Övoda: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,50g	
Iskola: EN=213,70kcal FH=7,80g ZS=4,60g SZH=34,40g CK=7,10g SO=1,70g TZS=1,20g		Iskola: EN=409,20kcal FH=10,40g ZS=5,00g SZH=47,20g CK=9,20g SO=2,20g TZS=1,30g		Iskola: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,50g	
Kiskola: EN=279,00kcal FH=10,40g ZS=5,00g SZH=47,20g CK=9,20g SO=2,20g TZS=1,30g		Kiskola: EN=712,00kcal FH=32,00g ZS=21,10g SZH=94,60g CK=9,70g SO=0,70g TZS=1,40g		Kiskola: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,50g	
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.05.14.		<b>SZERDA</b> 2026.05.13.		<b>SZERDA</b> 2026.05.13.	
Övoda: EN=239,10kcal FH=13,50g ZS=6,90g SZH=30,10g CK=9,30g SO=0,90g TZS=2,80g		Övoda: EN=468,80kcal FH=22,20g ZS=14,50g SZH=59,80g CK=6,40g SO=0,40g TZS=1,00g		Övoda: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,50g	
Iskola: EN=302,50kcal FH=17,90g ZS=8,60g SZH=37,70g CK=11,60g SO=1,00g TZS=3,00g		Iskola: EN=579,90kcal FH=28,00g ZS=17,70g SZH=73,70g CK=8,10g SO=0,50g TZS=1,20g		Iskola: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,50g	
Kiskola: EN=407,30kcal FH=25,10g ZS=11,20g SZH=50,50g CK=13,90g SO=1,40g TZS=3,60g		Kiskola: EN=922,80kcal FH=23,70g ZS=29,80g SZH=63,40g CK=17,60g SO=1,00g TZS=2,80g		Kiskola: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,50g	
<b>PÉNTEK</b> 2026.05.15.		<b>SZERDA</b> 2026.05.13.		<b>SZERDA</b> 2026.05.13.	
Övoda: EN=227,80kcal FH=8,20g ZS=8,10g SZH=27,40g CK=5,80g SO=0,80g TZS=4,30g		Övoda: EN=552,60kcal FH=18,40g ZS=10,60g SZH=93,30g CK=19,40g SO=1,80g TZS=1,20g		Övoda: EN=189,10kcal FH=3,40g ZS=3,80g SZH=34,00g CK=0,10g SO=0,60g TZS=0,90g	
Iskola: EN=257,00kcal FH=9,10g ZS=9,30g SZH=33,20g CK=5,80g SO=0,90g TZS=4,30g		Iskola: EN=739,30kcal FH=24,20g ZS=13,90g SZH=126,00g CK=25,20g SO=2,20g TZS=1,50g		Iskola: EN=235,00kcal FH=4,30g ZS=3,90g SZH=44,00g CK=0,10g SO=0,70g TZS=0,90g	
Kiskola: EN=309,20kcal FH=10,70g ZS=9,50g SZH=43,90g CK=5,80g SO=1,20g TZS=4,40g		Kiskola: EN=903,10kcal FH=30,00g ZS=16,20g SZH=155,20g CK=33,00g SO=2,90g TZS=1,90g		Kiskola: EN=285,20kcal FH=5,80g ZS=4,10g SZH=54,40g CK=0,10g SO=1,00g TZS=1,00g	
<b>'Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</b>		<b>Szilvaleves 'tejmentes';</b> Paprikás sült hal (9)*; Rizibiz; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Alma;		<b>Körte; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</b>	
Övoda: EN=510,40kcal FH=28,90g ZS=12,70g SZH=64,30g CK=6,10g SO=0,60g TZS=1,90g		Övoda: EN=552,60kcal FH=18,40g ZS=10,60g SZH=93,30g CK=19,40g SO=1,80g TZS=1,20g		Övoda: EN=189,10kcal FH=3,40g ZS=3,80g SZH=34,00g CK=0,10g SO=0,60g TZS=0,90g	
Iskola: EN=510,40kcal FH=28,90g ZS=12,70g SZH=64,30g CK=6,10g SO=0,60g TZS=1,90g		Iskola: EN=739,30kcal FH=24,20g ZS=13,90g SZH=126,00g CK=25,20g SO=2,20g TZS=1,50g		Iskola: EN=235,00kcal FH=4,30g ZS=3,90g SZH=44,00g CK=0,10g SO=0,70g TZS=0,90g	
Kiskola: EN=508,10kcal FH=19,70g ZS=23,30g SZH=53,70g CK=14,00g SO=2,19g TZS=5,50g		Kiskola: EN=903,10kcal FH=30,00g ZS=16,20g SZH=155,20g CK=33,00g SO=2,90g TZS=1,90g		Kiskola: EN=285,20kcal FH=5,80g ZS=4,10g SZH=54,40g CK=0,10g SO=1,00g TZS=1,00g	
<b>Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes';</b> Almás sajtós csirkecomb (2)*; Burgonyapüré natur;		<b>Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;</b>		<b>Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;</b>	
Övoda: EN=510,40kcal FH=28,90g ZS=12,70g SZH=64,30g CK=6,10g SO=0,60g TZS=1,90g		Övoda: EN=552,60kcal FH=18,40g ZS=10,60g SZH=93,30g CK=19,40g SO=1,80g TZS=1,20g		Övoda: EN=189,10kcal FH=3,40g ZS=3,80g SZH=34,00g CK=0,10g SO=0,60g TZS=0,90g	
Iskola: EN=510,40kcal FH=28,90g ZS=12,70g SZH=64,30g CK=6,10g SO=0,60g TZS=1,90g		Iskola: EN=739,30kcal FH=24,20g ZS=13,90g SZH=126,00g CK=25,20g SO=2,20g TZS=1,50g		Iskola: EN=235,00kcal FH=4,30g ZS=3,90g SZH=44,00g CK=0,10g SO=0,70g TZS=0,90g	
Kiskola: EN=508,10kcal FH=19,70g ZS=23,30g SZH=53,70g CK=14,00g SO=2,19g TZS=5,50g		Kiskola: EN=903,10kcal FH=30,00g ZS=16,20g SZH=155,20g CK=33,00g SO=2,90g TZS=1,90g		Kiskola: EN=285,20kcal FH=5,80g ZS=4,10g SZH=54,40g CK=0,10g SO=1,00g TZS=1,00g	



**SULLI-HOST**

**SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
 6724 Szeged, Kanyarógyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
 E-mail: mail@suli-host.hu

**SULLI-HOST**  
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oivi.segedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO<sub>2</sub>; TZS=Telített zsír

(\*) Allergének: 1=Glutén, 2=Tej, 3=Tojás, 4=Sója, 5=Zeller, 6=Diófélék, mandula, pisztácia, 8=Földmogyoró, 9=Héj, 10=Rakéták, 11=Mustár, 12=Szezám, 13=Kén-dioxid, 14=Csilagfű, 15=Édesfűszer, 16=Puhatestűek

**SULLI-HOST Kft.**  
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oivi.segedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

**SULLI-HOST**  
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oivi.segedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

**SULLI-HOST**  
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oivi.segedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

HÉTFŐ 2026.05.18.		KEDD 2026.05.19.		SZERDA 2026.05.20.		CSÜTÖRTÖK 2026.05.21.		PÉNTEK 2026.05.22.	
<b>Tízórai</b>  Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		<b>Ebéd A</b>  Gulyás leves sertéshússal; Tejberizs (2)*; Alma;		<b>Ebéd A</b>  Mini méz; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		<b>Uzsonna</b>  Bebo margarin 10g; Molnárika 'Adalékmentes' (1)*;		<b>Uzsonna</b>  Bebo margarin 10g; Molnárika 'Adalékmentes' (1)*;	
Ovodai: EN=293,80kcal FH=10,70g ZS=14,80g SZH=28,60g CK=6,20g SO=1,20g TZS=5,90g		Ovodai: EN=513,50kcal FH=24,40g ZS=14,80g SZH=66,70g CK=26,40g SO=0,30g TZS=2,40g		Ovodai: EN=621,00kcal FH=23,10g ZS=23,50g SZH=75,70g CK=1,40g SO=0,50g TZS=1,40g		Ovodai: EN=540,80kcal FH=24,30g ZS=17,10g SZH=66,70g CK=23,20g SO=1,10g TZS=1,30g		Ovodai: EN=613,00kcal FH=27,80g ZS=17,10g SZH=82,30g CK=8,80g SO=1,30g TZS=2,30g	
Iskola: EN=318,70kcal FH=11,40g ZS=14,90g SZH=33,80g CK=6,20g SO=1,30g TZS=5,90g		Iskola: EN=835,50kcal FH=30,60g ZS=18,60g SZH=81,90g CK=32,00g SO=0,50g TZS=1,10g		Iskola: EN=816,30kcal FH=29,10g ZS=31,10g SZH=100,00g CK=1,80g SO=0,90g TZS=1,90g		Iskola: EN=671,50kcal FH=30,40g ZS=20,00g SZH=65,30g CK=31,20g SO=1,50g TZS=1,50g		Iskola: EN=793,10kcal FH=35,20g ZS=23,40g SZH=106,60g CK=10,40g SO=1,70g TZS=2,90g	
Kiskola: EN=469,10kcal FH=15,50g ZS=24,20g SZH=45,90g CK=6,20g SO=2,00g TZS=6,40g		Kiskola: EN=819,60kcal FH=34,20g ZS=18,50g SZH=125,60g CK=29,50g SO=0,80g TZS=3,90g		Kiskola: EN=969,70kcal FH=32,90g ZS=36,80g SZH=121,00g CK=2,10g SO=1,10g TZS=2,30g		Kiskola: EN=785,00kcal FH=34,80g ZS=22,10g SZH=103,10g CK=38,80g SO=2,00g TZS=1,70g		Kiskola: EN=968,20kcal FH=41,40g ZS=28,20g SZH=129,80g CK=11,60g SO=2,30g TZS=3,50g	
Ovodai: EN=314,10kcal FH=10,80g ZS=10,70g SZH=30,00g CK=0,10g SO=1,40g TZS=5,40g		Ovodai: EN=208,60kcal FH=4,70g ZS=3,90g SZH=17,0g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g		Ovodai: EN=183,20kcal FH=6,70g ZS=6,90g SZH=22,80g CK=0,10g SO=1,00g TZS=1,80g		Ovodai: EN=201,20kcal FH=5,70g ZS=5,50g SZH=22,70g CK=0,20g SO=1,00g TZS=1,40g		Ovodai: EN=253,00kcal FH=3,80g ZS=5,50g SZH=45,40g CK=17,80g SO=0,40g TZS=1,10g	
Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=35,20g CK=0,10g SO=1,30g TZS=6,80g		Iskola: EN=221,00kcal FH=4,90g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g		Iskola: EN=210,70kcal FH=7,60g ZS=7,00g SZH=28,30g CK=0,10g SO=1,10g TZS=1,80g		Iskola: EN=226,30kcal FH=6,40g ZS=9,60g SZH=27,90g CK=0,20g SO=1,10g TZS=1,40g		Iskola: EN=253,00kcal FH=3,80g ZS=5,50g SZH=45,40g CK=17,80g SO=0,40g TZS=1,10g	
Kiskola: EN=452,20kcal FH=18,20g ZS=15,60g SZH=45,60g CK=0,10g SO=1,80g TZS=8,50g		Kiskola: EN=746,20kcal FH=34,50g ZS=23,20g SZH=94,80g CK=36,50g SO=0,80g TZS=1,40g		Kiskola: EN=341,30kcal FH=12,50g ZS=13,80g SZH=40,30g CK=0,10g SO=1,80g TZS=3,60g		Kiskola: EN=377,30kcal FH=10,50g ZS=18,90g SZH=40,20g CK=0,20g SO=1,80g TZS=2,80g		Kiskola: EN=315,60kcal FH=3,80g ZS=5,50g SZH=60,40g CK=30,80g SO=0,40g TZS=1,10g	
<b>Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;</b>		<b>Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vadas pulykaapró (2, 5, 11)*; Szarvacska tészta gluténment.; Narancs;</b>		<b>Almaleves (tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;</b>		<b>Almaleves (tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;</b>		<b>Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(lójás-, lisztmentes); Parajfőzelék tejjel (2)*; Főtt burgonya; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</b>	
<b>Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</b>		<b>Almaleves (tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;</b>		<b>Almaleves (tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;</b>		<b>Almaleves (tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;</b>		<b>Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(lójás-, lisztmentes); Parajfőzelék tejjel (2)*; Főtt burgonya; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</b>	
<b>Ovodai: EN=278,50kcal            FH=10,00g ZS=8,50g            SZH=39,60g CK=13,80g            SO=0,80g TZS=2,90g</b>		<b>Ovodai: EN=528,50kcal            FH=23,10g ZS=23,50g            SZH=75,70g CK=1,40g            SO=0,50g TZS=1,40g</b>		<b>Ovodai: EN=621,00kcal            FH=23,10g ZS=23,50g            SZH=75,70g CK=1,40g            SO=0,50g TZS=1,40g</b>		<b>Ovodai: EN=540,80kcal            FH=24,30g ZS=17,10g            SZH=66,70g CK=23,20g            SO=1,10g TZS=1,30g</b>		<b>Ovodai: EN=613,00kcal            FH=27,80g ZS=17,10g            SZH=82,30g CK=8,80g            SO=1,30g TZS=2,30g</b>	
<b>Iskola: EN=300,50kcal            FH=11,60g ZS=9,30g            SZH=41,90g CK=15,90g            SO=0,60g TZS=3,30g</b>		<b>Iskola: EN=816,30kcal            FH=29,10g ZS=31,10g            SZH=100,00g CK=1,80g            SO=0,90g TZS=1,90g</b>		<b>Iskola: EN=816,30kcal            FH=29,10g ZS=31,10g            SZH=100,00g CK=1,80g            SO=0,90g TZS=1,90g</b>		<b>Iskola: EN=671,50kcal            FH=30,40g ZS=20,00g            SZH=65,30g CK=31,20g            SO=1,50g TZS=1,50g</b>		<b>Iskola: EN=793,10kcal            FH=35,20g ZS=23,40g            SZH=106,60g CK=10,40g            SO=1,70g TZS=2,90g</b>	
<b>Kiskola: EN=322,50kcal            FH=13,10g ZS=10,00g            SZH=44,20g CK=18,20g            SO=0,70g TZS=3,80g</b>		<b>Kiskola: EN=969,70kcal            FH=32,90g ZS=36,80g            SZH=121,00g CK=2,10g            SO=1,10g TZS=2,30g</b>		<b>Kiskola: EN=969,70kcal            FH=32,90g ZS=36,80g            SZH=121,00g CK=2,10g            SO=1,10g TZS=2,30g</b>		<b>Kiskola: EN=785,00kcal            FH=34,80g ZS=22,10g            SZH=103,10g CK=38,80g            SO=2,00g TZS=1,70g</b>		<b>Kiskola: EN=968,20kcal            FH=41,40g ZS=28,20g            SZH=129,80g CK=11,60g            SO=2,30g TZS=3,50g</b>	

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
 6724 Szeged, Kenyér utcán út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
 E-mail: mail@null-host.hu

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a  
 Szegedi OVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST  
 Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szébbeli tájékoztatást telefonon a  
 SULL-HOST Kft. dieteltfuzes@null-host.hu e-mail címen vagy az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Étlap név:  
**0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**  
**Sull-Host**  
**Élvezetési**  
**Rendszer 3.0**

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;  
 9=Héj; 10=Rakéták; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfűt; 15=Édesítőszerek; 16=Fűhateszték

HÉTFŐ 2026.05.25.		KEDD 2026.05.26.		SZERDA 2026.05.27.		CSÜTÖRTÖK 2026.05.28.		PÉNTEK 2026.05.29.	
Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Téj (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnáka (allergénmentes) (1)*;		Rostos almale; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Téj (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Uborka;		Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;		Csontleves; Rakott zöldbab tejfőles (2)*; Körte;		Karatlabé leves 'lisztmentes'; Köményes sertésült; Burgonyafőzelék tejfőles (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Lebbencs leves; Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldszégleves 'tej-, cukormentes'; Mézes mustáros csikkefilé 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;	
Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
Ovoda: EN=158,40kcal FH=3,40g ZS=3,90g SZH=26,70g CK=5,10g SO=0,60g TZS=0,90g		Ovoda: EN=341,00kcal FH=10,00g ZS=8,50g SZH=54,60g CK=26,80g SO=0,60g TZS=2,90g		Ovoda: EN=268,60kcal FH=4,70g ZS=4,00g SZH=38,40g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g		Ovoda: EN=305,60kcal FH=10,50g ZS=6,90g SZH=37,00g CK=9,30g SO=0,80g TZS=2,70g		Ovoda: EN=314,10kcal FH=10,80g ZS=10,70g SZH=30,00g CK=0,10g SO=1,10g TZS=5,40g	
Iskola: EN=195,70kcal FH=4,30g ZS=4,10g SZH=34,60g CK=7,10g SO=0,70g TZS=0,90g		Iskola: EN=363,00kcal FH=11,60g ZS=9,30g SZH=56,90g CK=29,10g SO=0,60g TZS=3,30g		Iskola: EN=272,50kcal FH=4,90g ZS=4,10g SZH=40,00g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g		Iskola: EN=330,00kcal FH=12,30g ZS=7,70g SZH=39,60g CK=11,60g SO=0,80g TZS=3,10g		Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=35,20g CK=0,10g SO=1,30g TZS=6,90g	
Kisiskola: EN=256,00kcal FH=5,90g ZS=4,30g SZH=47,30g CK=9,20g SO=1,00g TZS=1,00g		Kisiskola: EN=447,50kcal FH=13,10g ZS=10,00g SZH=74,20g CK=44,70g SO=0,70g TZS=3,80g		Kisiskola: EN=274,50kcal FH=5,00g ZS=4,10g SZH=40,30g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g		Kisiskola: EN=353,20kcal FH=13,90g ZS=8,50g SZH=42,10g CK=13,90g SO=0,90g TZS=3,60g		Kisiskola: EN=452,20kcal FH=18,20g ZS=15,60g SZH=45,60g CK=0,10g SO=1,80g TZS=8,50g	
Ovoda: EN=453,40kcal FH=15,80g ZS=6,20g SZH=77,20g CK=12,50g SO=0,90g TZS=0,50g		Ovoda: EN=494,80kcal FH=17,00g ZS=22,70g SZH=51,40g CK=5,30g SO=0,10g TZS=0,90g		Ovoda: EN=565,80kcal FH=27,00g ZS=15,40g SZH=74,10g CK=3,80g SO=1,10g TZS=0,90g		Ovoda: EN=481,60kcal FH=25,80g ZS=12,10g SZH=64,40g CK=1,20g SO=1,10g TZS=0,90g		Ovoda: EN=602,30kcal FH=23,10g ZS=24,10g SZH=71,50g CK=7,20g SO=0,40g TZS=2,10g	
Iskola: EN=629,70kcal FH=22,10g ZS=13,80g SZH=101,70g CK=16,30g SO=1,40g TZS=1,00g		Iskola: EN=655,20kcal FH=22,80g ZS=31,20g SZH=65,70g CK=6,80g SO=0,20g TZS=1,20g		Iskola: EN=709,10kcal FH=33,40g ZS=20,80g SZH=90,20g CK=4,60g SO=1,70g TZS=1,30g		Iskola: EN=604,70kcal FH=32,10g ZS=16,30g SZH=79,00g CK=1,40g SO=1,50g TZS=1,30g		Iskola: EN=772,00kcal FH=29,30g ZS=30,00g SZH=83,70g CK=8,70g SO=0,50g TZS=2,60g	
Kisiskola: EN=774,60kcal FH=29,00g ZS=16,20g SZH=124,80g CK=20,60g SO=1,10g TZS=1,10g		Kisiskola: EN=791,80kcal FH=27,90g ZS=39,60g SZH=75,00g CK=7,90g SO=0,30g TZS=1,50g		Kisiskola: EN=843,90kcal FH=38,30g ZS=24,50g SZH=109,60g CK=5,20g SO=2,00g TZS=1,60g		Kisiskola: EN=736,00kcal FH=36,60g ZS=19,60g SZH=98,80g CK=1,50g SO=2,00g TZS=1,70g		Kisiskola: EN=903,40kcal FH=33,40g ZS=34,00g SZH=113,20g CK=11,10g SO=0,60g TZS=2,90g	
Ovoda: EN=221,90kcal FH=7,80g ZS=9,00g SZH=26,50g CK=5,80g SO=0,80g TZS=4,30g		Ovoda: EN=167,50kcal FH=7,90g ZS=5,20g SZH=21,30g CK=0,10g SO=1,20g TZS=0,90g		Ovoda: EN=202,70kcal FH=5,70g ZS=10,50g SZH=21,00g CK=0,10g SO=1,10g TZS=0,70g		Ovoda: EN=145,90kcal FH=5,10g ZS=4,10g SZH=21,50g CK=0,10g SO=1,10g TZS=1,00g		Ovoda: EN=243,20kcal FH=6,90g ZS=9,50g SZH=31,30g CK=0,30g SO=1,10g TZS=1,40g	
Iskola: EN=247,00kcal FH=8,50g ZS=9,10g SZH=31,70g CK=5,80g SO=0,90g TZS=4,30g		Iskola: EN=227,00kcal FH=13,40g ZS=6,70g SZH=26,80g CK=0,10g SO=1,90g TZS=0,90g		Iskola: EN=276,00kcal FH=8,20g ZS=15,00g SZH=28,20g CK=0,10g SO=1,50g TZS=3,50g		Iskola: EN=185,00kcal FH=7,80g ZS=4,60g SZH=27,30g CK=0,10g SO=1,70g TZS=1,20g		Iskola: EN=243,20kcal FH=6,90g ZS=9,50g SZH=31,30g CK=0,30g SO=1,10g TZS=1,40g	
Kisiskola: EN=297,20kcal FH=10,00g ZS=9,30g SZH=42,10g CK=5,80g SO=1,20g TZS=4,40g		Kisiskola: EN=294,40kcal FH=17,30g ZS=7,70g SZH=37,40g CK=0,10g SO=2,40g TZS=1,00g		Kisiskola: EN=325,20kcal FH=8,70g ZS=15,20g SZH=36,60g CK=0,10g SO=1,80g TZS=5,60g		Kisiskola: EN=242,20kcal FH=10,40g ZS=5,00g SZH=38,10g CK=0,10g SO=2,20g TZS=1,30g		Kisiskola: EN=343,40kcal FH=9,50g ZS=18,60g SZH=33,00g CK=0,30g SO=1,50g TZS=2,70g	

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Keresztgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

**Étlap név:**  
**0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;  
TZS=Telített zsír;  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szövegi tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. diétafülszólól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Ken-dioxid; 14=Csillegfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestiek  
Sull-Host Étkészítési Rendszer 3.0

# Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2026.05.01.-től 2026.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,40g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma rostoslé 'dobozos' Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegefűszeg, Tej '1,5%'	120,60kcal	1,70g	0,60g	26,10g	21,30g	0,10g	0,30g
Almamártás Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegefűszeg, Tejföl '12%'	153,40kcal	1,80g	4,40g	25,10g	17,10g	0,00g	0,20g
Almás sajtos csirkecomb Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Trappista sajt	242,50kcal	20,20g	11,40g	13,60g	4,40g	0,40g	1,90g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	312,90kcal	13,80g	10,00g	40,70g	0,30g	0,40g	0,60g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,10g	0,40g	1,20g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bolognai halas-tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	344,10kcal	12,20g	6,90g	57,40g	9,50g	0,80g	0,40g
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,90kcal	3,50g	0,50g	11,50g	1,70g	0,20g	0,00g
Burgonyafőzelék tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioacet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	240,50kcal	5,60g	3,70g	42,40g	0,10g	0,20g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,60g	2,20g	18,60g	1,00g	0,00g	0,20g
Burgonyaleves tejfölös Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	107,80kcal	2,60g	2,70g	16,90g	0,90g	0,00g	0,20g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,40g	0,10g	1,40g	1,10g	0,90g	0,00g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,40g	6,60g	1,50g	0,00g	0,40g	1,60g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,60g	11,00g	2,50g	0,00g	0,60g	2,80g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,40kcal	1,00g	2,10g	9,20g	1,10g	0,00g	0,20g

## Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

**Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

**Időszak: 2026.05.01.-től 2026.05.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	465,80kcal	4,50g	8,30g	92,20g	32,00g	0,50g	0,70g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g
Frankfurti leves liszt-,tejmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli, Vöröshagyma	151,20kcal	5,50g	8,40g	12,70g	0,60g	0,80g	2,70g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,00kcal	2,40g	2,20g	10,20g	0,30g	0,10g	0,20g
Gomba leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	79,30kcal	2,80g	2,20g	11,80g	1,00g	0,10g	0,20g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,90kcal	13,20g	8,60g	0,80g	0,30g	0,30g	0,40g
Gulyás leves sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,60kcal	10,40g	9,10g	15,00g	1,00g	0,10g	0,60g
Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,70kcal	4,30g	3,60g	0,10g	0,00g	0,10g	0,60g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,60kcal	1,30g	0,20g	12,70g	8,00g	0,00g	0,00g
Kapros káposzta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	306,20kcal	21,40g	9,40g	32,80g	0,20g	0,10g	0,20g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	275,40kcal	20,70g	8,80g	27,10g	0,20g	0,30g	0,20g
Karalábé leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	76,40kcal	1,60g	3,10g	10,20g	3,50g	0,20g	0,30g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,20g	5,70g	5,70g	0,20g	3,40g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,60g	0,20g

## Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2026.05.01.-től 2026.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,50kcal	16,80g	8,30g	0,70g	0,10g	0,10g	0,20g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,10kcal	2,90g	1,40g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,40g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	222,10kcal	4,50g	5,90g	37,10g	0,80g	0,00g	0,60g
Lebbencs leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,80kcal	2,10g	3,00g	16,50g	0,90g	0,20g	0,50g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,30kcal	13,30g	12,70g	2,00g	0,40g	0,40g	1,50g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mák, Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	421,80kcal	4,50g	13,70g	68,60g	18,00g	0,30g	1,50g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,00kcal	1,20g	0,10g	19,30g	15,40g	0,00g	0,00g
Meggy mártás 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	200,20kcal	2,30g	4,90g	35,90g	25,30g	0,20g	0,50g
Mézes mustáros csirkefile 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb file, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	220,80kcal	17,10g	13,70g	7,00g	5,20g	0,20g	1,00g
Milánói makaróni Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,70kcal	14,80g	18,50g	56,00g	9,00g	0,20g	0,30g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,20g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,50g	16,40g	0,00g	0,00g
Mini vaj Összetétel: Mini vaj	130,60kcal	2,00g	14,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárka 50g	159,00kcal	3,80g	2,00g	30,40g	4,40g	0,40g	0,40g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,70g	0,00g	9,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,50kcal	17,20g	12,10g	5,10g	0,20g	0,30g	0,60g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,60g	0,00g

## Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

**Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

**Időszak: 2026.05.01.-től 2026.05.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,90kcal	22,20g	16,40g	39,20g	0,80g	0,10g	1,00g
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,50kcal	9,50g	4,20g	6,50g	0,00g	0,90g	0,40g
Paradicsom leves Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	122,20kcal	1,80g	3,10g	21,70g	12,50g	0,10g	0,30g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,70g	9,20g	1,90g	0,10g	0,40g	1,20g
Paradicsomos káposzta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	135,60kcal	3,90g	2,40g	24,60g	11,00g	0,10g	0,20g
Parajfőzelék tejjel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	157,10kcal	6,40g	5,60g	20,30g	7,60g	0,40g	1,30g
Párolt csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott'	144,10kcal	20,00g	5,40g	3,30g	0,00g	0,30g	0,50g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	278,80kcal	3,80g	7,80g	47,90g	0,10g	0,10g	0,80g
Pírított kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,70kcal	2,00g	6,10g	14,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Rakott brokkoli kölessel sajtos Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Trappista sajt, Vöröshagyma	369,70kcal	23,90g	14,80g	30,90g	3,90g	0,60g	2,60g
Rakott zöldbab tejfölös Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	377,00kcal	15,60g	20,60g	29,00g	4,20g	0,10g	0,70g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	223,20kcal	4,80g	6,00g	36,80g	2,10g	0,30g	0,60g
Rostos almálé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sajtszórat Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,40g	0,10g	0,00g	0,20g	2,20g
Sertés flekken Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,90kcal	17,40g	10,30g	5,80g	0,40g	0,10g	0,40g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,00kcal	16,80g	7,40g	0,60g	0,10g	0,00g	0,10g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,60kcal	16,00g	7,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,20g

## Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2026.05.01.-től 2026.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sült csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	114,50kcal	19,80g	3,60g	0,40g	0,00g	0,30g	0,30g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,00kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,10g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,40kcal	0,70g	0,10g	21,50g	17,20g	0,00g	0,00g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,90g	3,20g	15,20g	0,90g	0,20g	0,30g
Tarhonyás csirke (combfilé) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	376,10kcal	19,80g	11,80g	45,90g	0,50g	0,30g	0,70g
Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	115,90kcal	11,20g	4,60g	6,80g	0,80g	0,30g	0,20g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,70g	6,70g	0,20g	0,00g	0,50g	2,80g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,70kcal	0,00g	0,00g	5,10g	5,00g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,50kcal	0,00g	0,00g	5,00g	5,00g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	296,20kcal	9,30g	3,40g	56,90g	17,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,30g	1,40g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,90g	0,40g	20,30g	0,30g	0,60g	0,20g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,10g	0,30g	0,70g	0,00g	0,50g	0,10g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,70kcal	5,00g	6,10g	37,00g	0,10g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,20g	0,00g	0,50g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,10kcal	0,60g	0,10g	5,00g	4,00g	0,00g	0,00g

## Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

**Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

**Időszak: 2026.05.01.-től 2026.05.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Vadas pulykaapró <i>Összetétel:</i> Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	226,70kcal	18,10g	14,50g	4,90g	0,50g	0,20g	0,60g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) <i>Összetétel:</i> Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,20kcal	13,10g	8,70g	4,20g	0,10g	0,30g	0,60g
Vagdalt pogácsa burgonyás <i>Összetétel:</i> Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,50kcal	11,20g	16,70g	4,80g	0,30g	0,10g	0,30g
Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes) <i>Összetétel:</i> Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,50kcal	11,20g	16,70g	4,80g	0,30g	0,10g	0,30g
Zala Kométa <i>Összetétel:</i> Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,00g	0,30g	1,10g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' <i>Összetétel:</i> Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,20kcal	3,20g	1,30g	12,10g	3,00g	0,10g	0,10g
Zöldborsófőzelék <i>Összetétel:</i> Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	226,20kcal	9,00g	4,90g	34,90g	15,80g	0,20g	0,80g
Zöldborsós sertésragu <i>Összetétel:</i> Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,60kcal	13,90g	7,70g	4,20g	1,20g	0,20g	0,30g
Zöldfűszeres harcsapástétom <i>Összetétel:</i> Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,60g	9,10g	1,80g	0,10g	0,40g	1,20g
Zöldpaprika <i>Összetétel:</i> Zöldpaprika	6,00kcal	0,40g	0,10g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldeges rizses 'pulyka' <i>Összetétel:</i> Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	219,00kcal	7,70g	7,70g	28,90g	2,00g	0,50g	0,60g
Zöldegleves 'tej-, cukormentes' <i>Összetétel:</i> Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	68,60kcal	1,80g	2,60g	8,90g	1,90g	0,10g	0,30g
Zsemle (adalékmentes) <i>Összetétel:</i> Adalékmentes zsemle 50g	143,00kcal	4,30g	0,40g	29,50g	0,20g	0,70g	0,20g